



# Manteniéndose Saludable

## Servicios Preventivos de Medicare

Una manera fácil e importante de mantenerse saludable es recibiendo servicios de prevención y detección temprana para las enfermedades. Los servicios de la prevención y de la detección temprana pueden detectar ciertos problemas de salud o enfermedades a tiempo cuando los tratamientos funcionan mejor, y pueden evitar que usted corra el riesgo de enfermarse. Hable con su doctor o proveedor de servicios de salud para ver que pruebas necesita y con que frecuencia las necesita para permanecer saludable.

Las enfermedades del corazón, el cáncer, ataques al cerebro, y la diabetes son la causa mayor de muertes para las personas con Medicare, pero cada enfermedad se puede prevenir cuando se descubre y se trata a tiempo. Los Centros de Servicios de Medicare y Medicaid se han unido con la Sociedad Americana del Cáncer, la Asociación Americana de la Diabetes, y la Asociación Americana del Corazón para ayudar a propagar la información sobre los servicios de la prevención y de la detección temprana cubiertos por Medicare. Estos grupos también se han unido para comenzar una campaña de conciencia pública, “Elecciones Diarias para una Vida más Saludable.” Esta campaña está centrada en ayudar a todas las personas reducir los riesgos de cáncer, de la diabetes, de las enfermedades cardíacas, y ataques al cerebro tomando las iniciativas de sus elecciones diarias. Para más información sobre la campaña “Elecciones Diarias” o como reducir los riesgos de estas enfermedades, visite [www.everydaychoices.org](http://www.everydaychoices.org) por Internet o llame al 1-866-399-6789.

## Medicare cubre...

<b>Medición de masa ósea</b>	<p>Estas medidas ayudan a establecer si usted está a riesgo de una fractura (hueso partido).</p> <p>Medicare cubre estas medidas una vez cada 24 meses (con mayor frecuencia si fuese necesario por razones médicas) para las personas con Medicare que corren el riesgo de osteoporosis.</p>
<b>Evaluaciones Cardiovasculares</b>	<p>Pídale a su médico que le examine sus niveles de lípidos, triglicéridos y su colesterol para ayudarlo a prevenir un ataque al corazón o al cerebro.</p> <p>Medicare cubre los exámenes para el colesterol y para los niveles de lípidos y triglicéridos cada cinco años.</p>
<b>Examen de Cáncer Colorectal</b>	<p>Estos exámenes ayudan a detectar el cáncer a tiempo, cuando el tratamiento funciona mejor.</p> <p>Si usted es de 50 años o más, o presenta un alto riesgo de padecer de cáncer colorectal, Medicare cubre una o más de las pruebas siguientes: Sangre Oculta en Material Fecal, Sigmoidoscopia Flexible, Colonoscopia, y/o enema de bario. La frecuencia con que Medicare cubre estas pruebas depende de la prueba que usted y su médico decidan es mejor para usted y su nivel de riesgo para este cáncer.</p>
<b>Pruebas de Diabetes</b>	<p>Medicare cubre los exámenes para la diabetes o pre-diabetes. Estas pruebas están disponibles si usted tiene cualesquiera de los factores de riesgo siguientes: alta presión arterial, dislipidemia (historia de los niveles anormales de colesterol y de triglicéridos), obesidad, o una historia del azúcar alta en la sangre. Medicare también cubre estas pruebas si usted tiene dos o más de las siguientes características:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tiene 65 años o más</li> <li>• Sobre peso</li> <li>• Historial familiar de diabetes (padres, hermanos, hermanas)</li> <li>• Historial de diabetes gestacional (diabetes durante embarazo) dar a luz a un bebé de 9 libras o más</li> </ul> <p>De acuerdo con los resultados de estas pruebas, puede ser elegible para dos pruebas de la diabetes cada año. Consulte a su doctor para más información.</p>
<b>Vacunas</b>	<p>Estas vacunas ayudan a prevenir la gripe/influenza.</p> <p>Medicare cubre estas vacunas una vez al año en el otoño o el invierno para las personas con Medicare.</p>

<b>Exámenes de Glaucoma</b>	Estos exámenes ayudan a detectar glaucoma en el ojo. Medicare cubre estas pruebas una vez cada 12 meses para las personas con Medicare con un alto riesgo de glaucoma.
<b>Vacuna de Hepatitis B</b>	Estas tres vacunas protegen a las personas de contraer Hepatitis B. Medicare cubre a la personas con mediano o alto riesgo de contraer Hepatitis B.
<b>Examen Papanicoulau y Pélvico (incluye examen clínico de los senos)</b>	Estos exámenes detectan el cáncer cervical y vaginal. Medicare cubre estos exámenes cada 24 meses para todas las mujeres con Medicare y una vez cada 12 meses para las mujeres con Medicare que presentan un alto riesgo.
<b>Examen Físico (una sola vez) "Bienvenido a Medicare"</b>	Medicare cubre una revisión (una sola vez) de su salud, al igual que la educación y el asesoramiento sobre los servicios preventivos que usted necesita como ciertas evaluaciones y vacunas. También cubre referidos para otros cuidados si los necesita. Debe examinarse durante los primeros seis meses que usted tiene la Parte B de Medicare.
<b>Vacuna de Pulmonía Neumococal</b>	Esta vacuna ayuda a prevenir las infecciones neumococal. Medicare cubre esta inyección para todos los beneficiarios con la Parte B. La mayoría de las personas solo necesitan esta vacuna una vez en su vida. Hable con su médico.
<b>Evaluación de Cáncer de la Próstata</b>	Estas evaluaciones ayudan a detectar el cáncer de la próstata. Medicare cubre el examen rectal y el examen Antígeno Específico de la Próstata una vez cada 12 meses para los hombres con Medicare mayores de 50 años.
<b>Evaluaciones de Mamografías</b>	Estas evaluaciones pueden descubrir el cáncer del seno antes de que usted o su médico pueda sentirlo. Medicare cubre las mamografías una vez cada 12 meses para las mujeres con Medicare de 40 años o más.
<b>Consejería para Dejar de Fumar</b>	Servicios preventivos brindados en la oficina de cualquier proveedor, si ha sido ordenado por un médico. Incluye hasta 8 vistas personales durante un año si le han diagnosticado una enfermedad relacionada con el cigarrillo o si toma un medicamento cuyo efecto pueda verse alterado por el tabaco.

Puede que usted tenga que pagar un deducible, coseguro y/o copago para algunos de estos servicios. La cantidad puede variar dependiendo del tipo de servicio que usted necesite y el tipo de plan de salud de Medicare al cual usted pertenece.

Para más detalles sobre la cobertura de Medicare para estos servicios preventivos, incluyendo sus costos en el Plan Original de Medicare, consiga una copia gratis de la *Guía de Servicios Preventivos Medicare* (CMS Pub. No. 10110-S) en [www.medicare.gov](http://www.medicare.gov) por Internet y seleccione “Publicaciones”. O, llame GRATIS al 1-800-MEDICARE (1-800-633-4227) y pida una copia. Los usuarios de TTY deben llamar al 1-877-486-2048.

Esta publicación fue desarrollada en cooperación con la Sociedad Americana del Cáncer, la Asociación Americana de la Diabetes, y la Asociación Americana del Corazón.



CMS Publicación No. 11100-S  
Enero 2008